



## **DIE WICHTIGSTEN ÄTHERISCHEN ESSENZEN**



### **Basilikum, *Ocimum basilicum* L. CT Linalool\***

#### ***Balsam für Leib und Seele***

antiviral, antibakteriell, antiseptisch (desinfizierend), entkrampfend, beruhigend, hautpflegend, immunsystemstärkend, appetitanregend, verdauungs – und schlaffördernd, entspannend, aufmunternd, nervenstärkend

bei Erkältungskrankheiten, Kopfschmerzen, Verdauungsproblemen, nervösem Magen, Menstruationsbeschwerden, Schlafstörungen und „seelischem Bauchweh“ bei Kindern, Ängsten,....

### **Baldrian, *Valerian***

#### ***Beruhigung für Nervensystem***

beruhigend, entspannend, erdend und emotional balancierend,...

bei Schlaflosigkeit und Angstzuständen,...

### **Eucalyptus *globulus***

#### ***Erkältungsöl***

antiviral, schleimlösend, sekretomotorisch (auswurfördernd), fiebersenkend, durchblutungsfördernd,....

bei Erkältungskrankheiten, Bronchitis, Stirn- und Nasennebenhöhlenentzündung (Sinusitis), Angina, Mittelohrentzündung (Otitis media), Fieber; **Nicht für Kleinkinder** unter 6 Jahren (Atemnot – Erstickungsgefahr möglich)! Besser ist *Eucalyptus radiata*.

### **Eucalyptus *radiata***

#### ***für Hals, Nase und Ohren***

stark antibakteriell, antiviral, antimykotisch (fungizid), entzündungshemmend, sekretomotorisch (auswurfördernd), fiebersenkend, durchblutungsfördernd, schwach entkrampfend, erfrischend belebend, konzentrationsfördernd,...

bei Erkältungskrankheiten (auch bei Kleinkindern), Bronchitis, Angina, Mittelohrentzündung, Fieber, Konzentrationsschwäche,.....

### **Geranium**

#### ***heilt die Haut***

antispasmodisch, antioxidativ, entzündungshemmend, blutstillend, antibakteriell, antifungal, verbessert den Blutfluss, stimuliert Leber, erweitert die Gallenröhren für Leberreinigung, vitalisiert die Haut, hilft fettige Haut zu reinigen,....

bei Hepatitis, Fettleber, Hautproblemen (Dermatitis, Ekzeme, Schuppenflechte, Akne) fungale Infektionen, virale Infektionen (Herpes, Gürtelrose), Hormoninbalance, Kreislaufproblemen (verbessert Blutfluss), Menstruationsbeschwerden/PMS,...

### **Grapefruit, *Citrus paradisi***

#### ***Fröhlichkeit und Heiterkeit***

antiseptisch (desinfizierend), immunstimulierend, fiebersenkend, entkrampfend, belebend, durchblutungsfördernd, hautstoffwechselanregend, luftreinigend, anregend, konzentrationsfördernd, stimmungsaufhellend,.....

bei Husten und Bronchitis, Keuchhusten, Raumlufedesinfektion, Kopfschmerzen, Krampfadern, Cellulite, Menstruationsbeschwerden, Übelkeit bei Schwangerschaft, Geburtsbegleitung, Pubertätskrisen, depressive Verstimmungen, Ängsten, Suchterkrankungen, Unterstützung bei Diäten,.....

**Immortelle, Helichrysum italicum**  
**wirkt Wunder bei Wunden und Blutergüssen**

Hämatome (Blutergüsse) auflösend, wundheilend, zellregenerierend, lymphabflussfördernd, entstauend, entzündungshemmend, schleimlösend, krampflösend, antiviral, anästhetisch, Leber schützend, -reinigend und -stimulierend, bindet Chemikalien und Gifte im Körper,.....

bei Schnupfen und Husten, Keuchhusten, Venenentzündung, Lymphstau z. B. nach Mammaamputation, Bluterguss, Wunden, Verbrennungen, alten und frischen Narben, Akne, Cellulite, Leberbeschwerden, Muskelfaserriss, Arthritis, seelischen Verletzungen,....

**Jasmin, Jasminum grandiflorum**  
**betörender, tief berührender Duft**

krampflösend, hautregenerierend, hormonmodulierend; stimmungsaufhellend, angstlösend, tonisierend, harmonisierend, aphrodisierend,....

bei Menstruationsbeschwerden, klimakterischem Syndrom, Geburtsvorbereitung, Geburt, Stress, Schlafstörungen, depressiven Verstimmungen, Libidoverlust,....

**Kiefernnadel, Pinus silvestris**  
**tief durchatmen**

cortisonähnlich, entzündungshemmend, antiallergisch, schmerzstillend, entkrampfend, kreislaufanregend, nervenstärkend, allgemein stärkend,...

bei Husten und Bronchitis, allergischem Schnupfen (Heuschnupfen), Gelenkentzündung, Muskelschmerzen, Erschöpfungszuständen, Rekonvaleszenz,.....

**Lavendel fein, Lavendula angustifolia**  
**Öl mit größtem Wirkungsspektrum („Meisterheiler“)**

antibakteriell, antiviral, antiseptisch (desinfizierend), antimykotisch, fiebersenkend, stark immunstimulierend, zellregenerierend, wundheilend, entzündungshemmend, schmerzlindernd, krampflösend, durchblutungsfördernd, blutdruckregulierend, schlaffördernd, insektenabweisend,.....

bei Vorbeugung und Behandlung von Erkältungskrankheiten, Bronchitis, Ohrenschmerzen, Mittelohrentzündung, Fieber, Keuchhusten, Kopfschmerzen, Nervenentzündungen, erhöhtem Blutdruck, Durchblutungsstörungen, Krampfadern, Unterschenkelgeschwüren, Hämorrhoiden, Lymphstau nach Brustoperation, Mundpflege, Bauchkrämpfen, nervösen Magenschmerzen, Hautjucken, Insektenabwehr und Insektenstichen, Akne, Fußschweiß, Verletzungen, Wunden, Verbrennungen, Sonnenbrand, Narbenpflege, Wundliegen (auch als Prophylaxe), Bestrahlungsprophylaxe und – nachsorge, künstlichem Darmausgang, Gürtelrose (Herpes Zoster), Windpocken, Pilzkrankungen (Candida-albicans), Muskelverspannungen, Krampfanfällen, Gicht, Gelenkentzündungen, Menstruationsbeschwerden, klimakterisches Syndrom, Blasenentzündung, Wasseransammlung in den Beinen, Schwangerschaftsstreifen, Geburtsvorbereitung und Geburt, Wochenfluß, Brustdrüsenentzündungen, nervös bedingten Muskelverspannungen, Schlafstörungen auch bei Kindern, Pubertätskrisen, depressiven Verstimmungen, Ängsten,.....

**Lemongrass, *Cymbopogon flexuosus* (Zitronengras)**  
***stärkt Lebensgeister und Abwehrkraft, Klarheit und Reinigung***

antibakteriell, antiviral, antiseptisch (keimtötend), entzündungshemmend, stark immunstärkend, verdauungsfördernd, aktivierend, insektenabweisend, erfrischend, belebend, konzentrationsfördernd,.....

bei Vorbeugung und Behandlung von Erkältungskrankheiten, Raumlufedesinfektion, Insektenabwehr, Rekonvaleszenz, chronischer Erschöpfung, Konzentrationsstörungen, Antriebsschwäche, bei Blaseninfektion, Atem- und Nebenhöhleninfekten,.....

**Majoran, *Origanum majorana*\***  
***„Kraut der Glücklichkeit“***

antibakteriell, antiseptisch (desinfizierend), schmerzstillend, nerventonisierend, beruhigend, stärkend, blutdrucksenkend, harmonisierend, ausgleichend,.....

bei Schnupfen, Stirn- und Nasenebenhöhlenentzündung (Sinusitis), Mittelohrentzündung, Nervenentzündungen (Neuralgien), Muskelrheumatismus, Arthrose, neurovegetativer Dystonie, Arthritis und Rheumatismus, Gürtelrose, .....

**Mandarine, *Cirus reticulata***  
***süße Geborgenheit***

antiseptisch, entkrampfend, belebend, immunstimulierend, hautstoffwechsellanregend, lymphabflussfördernd, stimmungsaufhellend, schlaffördernd, angstlösend,.....

bei Erkältungskrankheiten, Lymphstau, rheumatischen Beschwerden, Blasenentzündung, Cellulite, Übelkeit während der Schwangerschaft, Burn-out-Syndrom, Schlafstörungen und Ängsten bei Kindern, mangelndem Selbstvertrauen, depressiven Verstimmungen,.....

**Muskatellersalbei, *Salvia sclarea***  
***„Frauenöl“, für inspirierte Entspannung***

antibakteriell, antimykotisch, hormonmodulierend, entkrampfend, entspannend, ausgleichend, vitalisierend, inspirierend, aphrodisierend,.....

bei Bluthochdruck (Hypertonie), Hämorrhoiden, Vaginalpilz, Muskelverspannungen, klimakterisches Syndrom, prämenstruelles Syndrom, schmerzhafter Regelblutung, ausbleibender Regelblutung,.....

**Nelkenknospen, *Syzygium aromaticum***  
***„Blüten der Götter“***

stark antibakteriell mit breitem Spektrum, antiviral, antimykotisch, entzündungshemmend, erwärmend, durchblutungsfördernd, stark muskelentkrampfend und schmerzstillend, anästhetisierend, immunstimulierend, allgemein tonisierend, anregend, stärkend, stimmungsaufhellend,.....

bei Erkältungskrankheiten, Bronchitis, Angina, Mundschleimhautentzündung, Zahnschmerzen, Verdauungsproblemen (Bauchkrämpfen und Völlegefühl), Muskelverhärtungen (Myogelosen), Arthristis, Gelenksschmerzen, rheumatischen Beschwerden, Schwächezuständen, Menstruationsbeschwerden,.....

Uterustonisierende Eigenschaften. **Nicht während der Schwangerschaft!**

**Orange, *citrus sinensis***  
**Lieblingsöl mit süßem Duft**

antibakteriell, antiviral, immunstimulierend, entzündungshemmend, durchblutungsfördernd, kreislaufbelebend, lymphflußanregend, entkrampfend; belebend, entspannend, aufhellend,.....

bei Erkältungskrankheiten, Lymphstau, rheumatischen Beschwerden, Blasenentzündung, Cellulite, Übelkeit während der Schwangerschaft, Burn-out-Syndrom, depressiven Verstimmungen,.....

Ist ein Power-Öl. Kann bei zu hoher Dosierung Hautreizungen bei kleinen Kindern, alten Menschen und empfindlicher Haut auslösen.

**Oregano, *Origanum vulgare***  
**Gefühl der Sicherheit, pflanzliches „Antibiotikum“**

anti-aging, kraftvoll, antiviral, antibakteriell, antifungal, antiparasitär, entzündungshemmend, Immunsystem stimulierend,.....

bei Arthritis und Rheumatismus, Atemwegserkrankungen, Infektionen, Tuberkulose, Muskelschmerzen, Verdauungsproblemen,.....

**Patchouli, *Pogostemon cablin***  
**rauchig-zarter Duft zur Hautpflege**

entspannend, entkrampfend, hautpflegend und –regenerierend, venentonisierend, schwach antimykotisch, insektenabweisend, parasitenabweisend, stimmungsaufhellend, ausgleichend, stärkend, aphrodisierend,....

bei Krampfadern, Hämorrhoiden, Akne, gereizter Haut, Neurodermitis, Insektenabwehr, Hautparasiten wie Krätzmilben, neurovegetative Dystonie,.....

**Pfefferminz, *Mentha piperita*\***  
**Gesundheit und Frische**

antibakteriell, antiviral, antimykotisch, entzündungshemmend, abwehrsteigernd, entkrampfend, entblähend, verdauungsfördernd, entgiftend, reinigend, zellerneuernd, epithelisierend, schmerzstillend, durchblutungsfördernd, fiebersenkend, schweißtreibend, erwärmend und kühlend, erfrischend und klärend, konzentrationsfördernd,....

bei Erkältungskrankheiten, Bronchitis, Fieber, Kopfschmerzen, Migräne, Akne und unreiner Haut, Sportverletzungen, Wunden, Verbrennungen, Mundpflege, Magen-Darmkrämpfen, Übelkeit (auch während der Schwangerschaft), körperlicher und geistiger Erschöpfung, Müdigkeit und Antriebschwäche, Konzentrationsschwierigkeiten,....

**Nicht bei Kindern unter 6 Jahren** im Bereich des Gesichts (Atemnot-Erstickungsgefahr möglich)!

**Rosenholz, *Aniba rosaeodora***  
**Kraft und emotionale Stabilität**

antiviral, antibakteriell, antimykotisch, fiebersenkend, immunmodulierend, nerven – und herzstärkend, hautpflegend,.....

bei Erkältungskrankheiten (auch bei Kindern), Stirn- und Nebenhöhlenentzündung, Mittelohrentzündung, Angina, nervös bedingtem Hautjucken, Wundreiben und Wundliegen (auch prophylaktisch), Pilzkrankungen, Windeldermatitis, prämenstruellem und klimakterischem Syndrom, Geburtsvorbereitung, Geburt, Stress, depressiver Verstimmung,.....

## **Rosmarin, Rosmarinus officinalis**

### ***Duft, der Lebensgeister weckt***

antibakteriell, antiviral, stark antiseptisch, antimykotisch, entzündungshemmend, schleimlösend und auswurfördernd, schmerzstillend, durchblutungsfördernd, kreislauf und –stoffwechsellanregend, anregend, gedächtnisstärkend, konzentrationsfördernd,.....

bei Erkältungskrankheiten, Mittelohrentzündung, bakterieller Bronchitis, niedrigem Blutdruck (Hypotonie), rheumatischen Beschwerden, Pilzkrankungen (Candida albicans), Cellulite, Menstruationsbeschwerden, Übelkeit wähen der Schwangerschaft, körperlicher und geistiger Erschöpfung,.... **Nicht bei hohem Blutdruck, bei Epilepsie und Schwangerschaft verwenden! Kein Öl für Anfänger!!!**

höchst antimikrobiell, antifungal antiviral, antiparasitär, antiseptisch, entzündungshemmend, immunstimulierend, schleimlösend, auswurfördernd, bronchienentkrampfend, durchblutungsfördernd, blutdruckanregend, verdauungsfördernd, schmerzstillend, appetitanregend, anästhesierend, stärkend,.....

bei Erkältungskrankheiten (auch vorbeugend), Bronchitis, bakterieller Angina, Insektenabwehr, Fußpilz, Muskelverspannungen, Gelenksschmerzen, Arthrose, Blasenentzündung, allgemeiner Schwäche,.....

## **Wacholderbeere, Juniperus communis**

### ***Reinigung für Körper, Geist und Seele***

antiseptisch, antibakteriell, entzündungshemmend, verdauungsfördernd, Verdauungsreiner/stimulator, Leber, Galle und Bauchspeicheldrüse anregend, entschlackend, entgiftend, unterschützt die Nieren bei Ausscheidung von Giften, schmerzstillend, cortisonähnlich, klärend, belebend, konzentrationsfördernd,.....

bei Leberproblemen, Harnwegs- und Blasenentzündung, Atemwegserkrankungen, Erkältungen, Verdauungsbeschwerden, Nieren- und Gallensteinen, Krampfadern, Cellulite, Muskelverspannungen, Rheuma, Arthritis, Ischias, niedrigem Blutdruck, körperlicher und geistiger Schwäche,.....

## **Weihrauch, Boswellia carteri)**

### ***starke Wirkung***

antiviral, antibakteriell, antiseptisch, entzündungshemmend, schleimlösend, auswurfördernd, entkrampfend, schmerzstillend, durchblutungsfördernd, immunstimulierend, Narbenbildung fördernd, hautregenerierend, inspirierend, angstlösend,.....

bei Bronchitis, Asthma, Geschwüren, Hautpflege, Akne, rheumatischen Beschwerden, chronischen Beschwerden, Arthristis, geschwächtem Immunsystem, depressiver Verstimmung, Ängsten,.....

Der afrikanische Weihrauch enthält 65% - 70% Boswelliasäuren. Ausschlaggebend ist jedoch der Gehalt an drei bestimmten Boswelliasäuren. Der Wirkmechanismus dieser drei wichtigsten Boswelliasäuren ist bekannt - Entzündungen werden gehemmt und das Wachstum von Krebszellen verlangsamt. Über die krebshemmende Wirkung von afrik. Weihrauch wurde übrigens im Bochumer Grönemeyer Institut geforscht.

Die komplementäre Onkologie ist ein möglicher Einsatzbereich.

Indikationen für eine Therapie mit Weihrauch sind alle chronisch-entzündlichen und allergischen Erkrankungen.

**Wintergrün, Gaultheria\***  
**das Schmerzöl**

stark entzündungshemmend, schmerzstillend und entkrampfend, in niedriger Dosierung entspannend und euphorisierend,..... Öl für Muskel, Gelenke und Bänder.

bei rheumatischen Beschwerden, Muskelverspannungen, Hexenschuß, Frostbeulen, Arthritis, Rheumatismus, Arteriosklerose, Hepatitis, depressiven Verstimmungen,.....

**Ylang Ylang, Cananga odorata**  
**sehr sinnlich und entspannend**

immunmodulierend, entspannend, entkrampfend, schmerzlindernd, stärkend hautpflegend, juckreizstillend, zellregenerierend, entzündungshemmend, wundheilend, stimmungsaufhellend, vitalisierend, ausgleichend, erdend, beruhigend,.....

bei Hautjucken, Haut- und Haarpflege, nervösen Magenschmerzen, chronischen Schmerzen, Menstruationsbeschwerden, prämenstruelles Syndrom, klimakterisches Syndrom, Libidoverlust,.....

**Zitrone, Citrus limon**  
**Sauberkeit und Frische**

antiseptisch, entzündungshemmend, fiebersenkend, stimmungsaufhellend, aktivierend, konzentrationsfördernd,.....

bei Erkältungskrankheiten, Bronchitis, Raumluftdesinfektion, Fieber, geschwächtem Immunsystem, Rekonvaleszenz, Konzentrationsschwäche, Antriebsschwäche, Kann bei zu hoher Dosierung bei Kindern, alten Menschen und empfindlicher Haut zu Irritationen führen.

Die Informationen sind der Fachliteratur entnommen.  
Für Anwendungsfehler kann keine Haftung übernommen werden.